

PENGGUNAAN MODIFIKASI ALAT BARET (BALOK KAYU DAN KARET) TERHADAP HASIL BELAJAR KAYANG MAHASISWA

Muhammad Mury Syafei

PJKR-FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

murysyafei@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memudahkan pembelajaran di perguruan tinggi Universitas Singaperbangsa Karawang pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dengan memodifikasi sebuah alat BARET (Balok Kayu dan Karet) untuk pembelajaran Kayang. Karena pada mata kuliah pembelajaran senam dan ritmik membutuhkan suatu alat bantu untuk proses pembelajarannya terutama untuk sikap kayang yang membutuhkan kelenturan togok. Maka dari itu peneliti mencoba mengaplikasikan alat hasil modifikasi ini. Apabila alat tersebut efektif maka akan digunakan untuk proses belajar pada mata kuliah senam dan Ritmik di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester III Universitas Singaperbangsa Karawang. Setelah melalui proses penelitian Action Research (Tindakan yang dilakukan di Lapangan/Gedung Olahraga) penggunaan alat BARET ternyata memberikan hasil terhadap peningkatan pembelajaran senam sikap kayang, karena alat BARET sangat mudah, sederhana dan efektif dalam penggunaannya dan bahan untuk membuatnya pun sangat banyak didapat. Sehingga dapat dilihat dari peningkatan persiklus Prasiklus 56,4 Siklus 1 68,76 Siklus 2 78,76 peningkatan menunjukkan ke efektifan alat BARET tersebut untuk digunakan dalam proses perkuliahan.

Kata kunci : Modifikasi Alat, Alat Baret, Hasil Belajar Kayang

ABSTRACT

This study aims to facilitate learning at the University of Singaperbangsa Karawang at the Health and Recreation Physical Education Study Program by modifying a BARET (Wood and Rubber Beams) tool for Kayang learning. Because in gymnastics and rhythmic learning courses need a tool for the learning process, especially for the attitude of kayang who needs flexibility of gobbling. Therefore, the researchers tried to apply this modified tool. If the tool is effective, it will be used for the learning process in gymnastics and rhythmic courses in the Physical Education and Third Semester Recreation Study Program at Singaperbangsa Karawang. After going through the Action Research research process (Action taken in the Field / Sports Building) the use of the BARET tool turned out to provide results for the improvement of gymnastic learning attitude, because the BARET tool was very easy, simple and effective in its use and the materials to make were very much obtained. So that it can be seen from the increase in the Prasiklus Persiklus 56.4 Cycle 1 68.76 Cycle 2 78.76 increase shows the effectiveness of the BARET tool to be used in the lecture process.

Keywords: Modification of Tools, BARET, Learning Results Kayang

PENDAHULUAN

Pembelajaran saat ini sangat membutuhkan media untuk mentransfer ilmu yang disampaikan, oleh karena itu di perguruan tinggi khususnya di Universitas Singaperbangsa Karawang sejak dibukanya program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi tahun 2010 lebih banyak menggunakan media dalam proses pembelajarannya, seperti halnya dalam pembelajaran senam lantai / *floor exercis* dalam mata kuliah pembelajaran senam dan ritmik II, mata kuliah senam adalah mata kuliah yang wajib ditempuh di program studi PJKR, karena mata kuliah ini yang akan disalurkan/diajarkan pada peserta didik/siswa pada saat mahasiswa menempuh PLP di sekolah, dan mata kuliah ini membutuhkan media pembelajaran seperti *matras jump*, *trampolin*, pita, bola, palang sejajar, kuda pelana, balok susun dll. Pada mahasiswa sulitnya penerapan materi belajar teknik senam lantai seperti kayang gerakan sangat sulit diterapkan pada mahasiswa karena terkendalanya media untuk mempermudah teknik gerakan tersebut.

Peneliti mencoba untuk memodifikasi alat yang senantiasa bisa membantu pembelajaran senam terutama pada teknik kayang, sehingga pembelajaran kayang akan semakin mudah dilakukan dengan menggunakan alat tersebut, selain memudahkan pembelajaran alat tersebut bisa juga dikembangkan dalam penelitian selanjutnya sehingga alat tersebut bisa sempurna, sementara alat baret berupa prototipe atau bisa dikatakan masih dalam tahap percobaan. Alat ini akan coba diaplikasikan ke mahasiswa PJKR

UNSIKA dan tentunya tidak mengganggu jadwal perkuliahan karena peneliti akan mencari jadwal diluar jadwal perkuliahan.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan (*action research*) merupakan penelitian pada upaya pemecahan masalah atau perbaikan yang dirancang menggunakan metode penelitian tindakan

Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada semester ganjil bulan Juni 2017 sampai Juli 2017 pada Kelas 3C PJKR UNSIKA. Subjek penelitian adalah Mahasiswa kelas 3C yang berjumlah 24 orang Mahasiswa. Selain peneliti sendiri, penelitian melibatkan satu orang observer (kolaborator).

Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data adalah:

Lembar observasi

Lembar observasi. Lembar Pembelajaran Mahasiswa Tentang Mata Kuliah Pembelajaran Senam yang didalamnya pemberian skor 1 dan jika tidak bagus di beri skor 0, skor maksimal . Kriteria pada lembar observasi Dosen dengan indikator sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Penilaian

No	Indikator	Kategori
1.	18-24 Aktifitas	Sangat Baik
2.	12-17 Aktifitas	Baik
3.	6-11 Aktifitas	Cukup Baik
4.	0-5 Aktifitas	Kurang Baik

Tes

Tes yang digunakan adalah tes Kayang, untuk mengetahui kemampuan Mahasiswa sebagai hasil belajar setelah pembelajaran senam menggunakan Alat BARET.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan adalah mengumpulkan semua data kuantitatif dari siklus I sampai siklus II.

Analisa data kuantitatif yang menggunakan rumus sebagai berikut:

Peneliti menjumlahkan skor yang diperoleh Mahasiswa, selanjutnya dibagi dengan skor maksimal yang ditentukan. Nilai Mahasiswa didapat dengan menggunakan rumus:

$$NS = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor maksimal}}$$

Penilaian ketuntasan belajar

Dalam penelitian ini terdapat dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara individu dan klasikal. Ketuntasan belajar individual didapat dari KKM Mata Kuliah Senam yang telah ditetapkan oleh kampus yaitu Mahasiswa dinyatakan tuntas dalam belajarnya jika telah mendapatkan nilai 63, sedangkan dibawah 63 dinyatakan belum tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal yaitu mengukur tingkat keberhasilan ketuntasan belajar Mahasiswa menyeluruh, untuk menghitung persentase ketuntasan belajar klasikal.

Validasi Instrumen

diantaranya :

Tabel 2. Kisi-kisi Instrument Senam Kayang

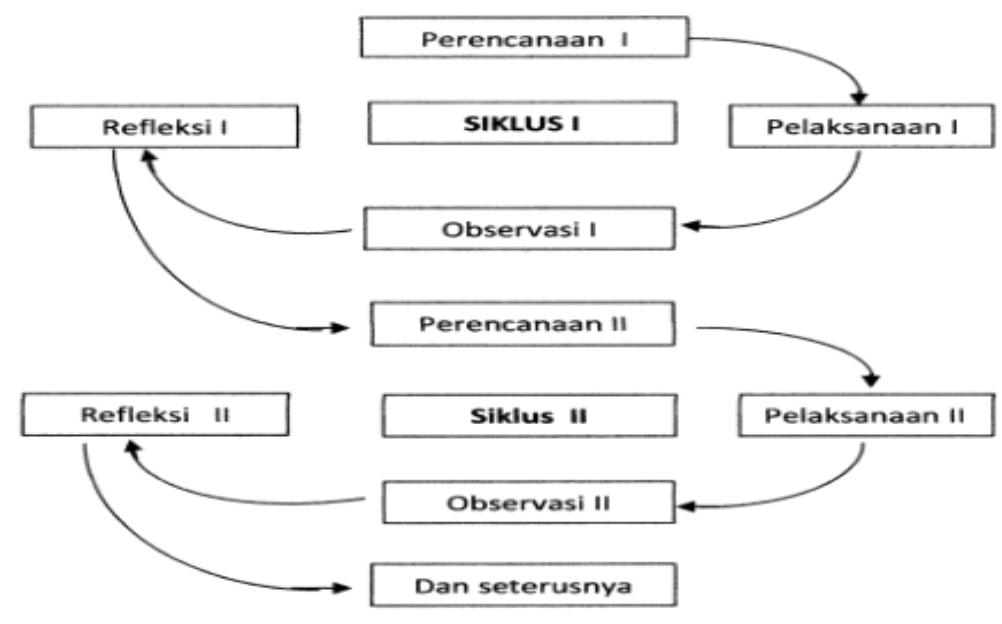
Variabel	Indikator	Sub indikator	Nilai
Kayang		Pertama posisi berdiri tegak lurus	
		Kedua badan ditekuk ke belakang meliputi togok	
		Ketiga kedua tangan menyentuh lantai dan menopang tubuh badan togok ditekuk	

Prosedur Penelitian

Siklus aktivitas dalam PTK diawali dengan perencanaan tindakan, penerapan tindakan, mengobservasi dan mengevaluasi proses dan hasil tindakan, dan melakukan refleksi, dan seterusnya sampai perbaikan atau peningkatan diharapkan tercapai (Situmorang, 2011: 34).

Berikut ini adalah alur siklus PTK:

Gambar 1. Alur Siklus PTK (Situmorang, 2011: 37)



Gambar 1. Siklus PTK

Penelitian tindakan kelas ini direncanakan terdiri dari 2 siklus, setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi. Adapun langkah-langkah dari setiap siklus antara lain:

Langkah Siklus Penelitian

Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan dilakukan persiapan kegiatan seperti berikut: (a)Menentukan kelas penelitian, yaitu Mahasiswa kelas 3C PJKR UNSIKA (b)Menetapkan standar kompetensi yang akan dicapai sesuai dengan kurikulum yang berlaku di Kampus. (c)Menyiapkan RPS serta menyiapkan media pendukung dalam pembelajaran. (d)Menyiapkan instrumen evaluasi dan rubrik penilaian. (e)Menyiapkan instrumen observasi Dosen dan Mahasiswa.

Tahap Pelaksanaan

Pembelajaran pada siklus I dilaksanakan 2 x pertemuan yang berlangsung 2 x 35 menit. Diakhir pertemuan diadakan tes hasil belajar.

Siklus I Pertemuan 1 (2 x 35 menit): (a)Dosen memberitahukan tujuan pembelajaran. (b)Dosen menyampaikan manfaat mempelajari materi yang akan diajarkan. (c)Dosen membagi Angket pertanyaan tentang Alat BARET. (d)Dosen dan Mahasiswa membuat kesimpulan.

Tahap Observasi

Pada tahap ini pengamatan yang akan dilakukan adalah pengamatan untuk mendokumentasikan keaktifan Mahasiswa dalam proses pembelajaran dengan menggunakan lembar observasi aktivitas.

Tahap Refleksi

Refleksi meliputi kegiatan menganalisis, memahami dan membuat kesimpulan berdasarkan hasil pengamatan. Refleksi dilakukan dengan menganalisis hasil observasi dan hasil tes Pembelajaran Senam Kayang yang digunakan sebagai dasar untuk perbaikan pada siklus berikutnya.

Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian kategori mencapai keberhasilan dengan kriteria minimal 75% Mahasiswa tuntas sesuai dengan KKM kampus yaitu 64.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, menunjukkan bahwa hasil belajar pada mata kuliah pembelajaran senam dengan menggunakan alat Modifikasi BARET. mulai dari siklus I sampai dengan siklus II terlihat ada peningkatan dalam hasil belajar Mahasiswa pada mata kuliah pembelajaran senam dikelas 3CPJKR UNSIKA Gambaran hasil kemampuan Mahasiswa selama berlangsungnya pembelajaran dengan menggunakan alat Modifikasi BARET. dapat dilihat data tes evaluasi Mahasiswa yang sudah dilakukan pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3
Rata-rata skor tes dari setiap siklus

Hasil untuk skor tes	Rata - rata skor tes
Prasiklus	56,4
Siklus I	68,76
Siklus II	78,76

Jadi, dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan dari setiap siklusnya karena ketuntasan hanya 65, maka target sudah tercapaian hasil belajar Mahasiswa pada mata kuliah pembelajaran senam juga meningkat.

Pada setiap siklus peneliti sudah berusaha menggunakan lima komponen dalam pendekatan pembelajaran menggunakan alat Modifikasi BARET.

pembelajaran lebih difokuskan untuk meningkatkan hasil belajar Mahasiswa, Dengan menggunakan alat Modifikasi BARET. Siklus II merupakan pemantapan tindakan siklus I dalam penggunaan lembar angket mahasiswa proses pembelajaran untuk mempermudah Mahasiswa dalam memahami materi dengan menggunakan alat Modifikasi BARET pada mata kuliah pembelajaran senam.

Selanjutnya dilakukan penlit di dalam dua siklus, pada siklus I terlihat bahwa persentase skor tes Mahasiswa mencapai 68.76%. hal ini menunjukkan bahwa Mahasiswa belum sepenuhnya mencapai ketuntasan belajar. Sedangkan pada siklus II telah mengalami peningkatan persentase tes Mahasiswa mencapai 78.76%, hal ini menunjukkan ada peningkatan persentase ketuntasan belajar Mahasiswa pada siklus II di sebabkan adanya peningkatan motivasi Mahasiswa dalam belajar. Peningkatan tersebut menandakan adanya peningkatan hasil belajar pada mata kuliah pembelajaran senam.

Walaupun pada dasarnya model menggunakan alat Modifikasi BARET bukan satu satunya alat yang bisa di gunakan pada mata kuliah pembelajaran senam gerakan kayang, akan tetapi pada hal ini kenyataannya dapat membantu Mahasiswa dalam memahami mata kuliah pembelajaran senam. Namun hal tersebut juga perlu didukung dengan adanya kemauan dari para Mahasiswa untuk mempelajari Senam gerakan Kayang lagi agar motivasi Mahasiswa tentang materi yang di pelajari diharapkan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari hari.

Berdasarkan pemaparan diatas menunjukkan bahwa melalui model menggunakan alat Modifikasi BARET. pada mata kuliah pembelajaran senam menjadi meningkat. Semua itu terlihat dari adanya ketuntasan belajar kayang Maha

SIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa alat pembelajaran modifikasi alat BARET bisa membantu pembelajaran senam terutama untuk berlatih kayang karena dari hasil persiklus bisa dilihat peningkatan yang cukup signifikan, dengan ditunjukkan pada setiap tabel dan hasil penghitungan dengan menggunakan rumus.

Saran untuk para pelatih atau pengajar senam diperguruan tinggi atau disekolah sekolah alat BARET ini bisa dijadikan alat bantu untuk pembelajaran senam lantai kayang, karena alat ini mudah dibuat dan sangat sederhana, untuk itu dalam pembelajaran senam yang memerlukan media pembelajaran berupa alat bantu untuk melakukan gerakan atau sikap kayang. Untuk guru Penjas, dosen PJKR dan pelatih senam bisa memanfaatkan modifikasi alat ini untuk mempermudah pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Setiyono, Beny, *Aplikasi Administrasi*, Surabaya: Media Analisa Masalah Administrasi, 2001.
Bloom, S. Benyamin, at al. *Taxonomy of Educational objectif*, New York: Longman, 1981.

- Bahul Kirom, *Mengukur Kinerja perayanan dan Kepuasan Konsumen*. Bandung: Pustaka Eka Cipta, 2009.
- Cliffia, *Hubungan Kepemimpinan dan Komitmen Organisasi Terhadap Kinerja Pengurus Pengprov PJSI (Persatuan Judo Seluruh Indonesia) Provinsi DKI Jakarta Menuju prestasi PON XVIII*. Jakarta: Tesis UNJ, 2011.
- Conseulo G. Sevilla, dkk. *Pengantar metode penelitian. Diterjemahkan oleh alimuddin tuwu*. Jakarta: UI pres, 1993.
- Dirham, *Kepemimpinan Organisasi dan Administrasi Olahraga*. Semarang: IKIP Semarang, 1986.
- Djaali, Puji Muljono, *Pengukuran dalam Pendidikan*. Jakarta: PT. Gramedia.2008.
- Handoko, Hani T, *Manajemen personalia dan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Edisi 2 BPFE. 1998.
- Hasibuan, Malayu S.P, *Manajemen Sumberdaya Manusia*, Jakarta: Bumi Aksara, 2005.
- James I, *Organisasi dan Manajemen*. Edisi Keempat. Jakarta: PT. Gramedia, 1986.
- Janet, Parks, Beverly Zanger and Jerome Quaeterman, *Contemporary sport Management*. Bowring Grenn State University. 1998
- KONI. *Administrasi Olahraga*, Jakarta: KONI. 1985.
- Manik, Syaputra *Kinerja Pengprov Wushu Indonesia Provinsi Sumatera Utara (Hubungan Budaya Organisasi dan Pengetahuan Manajemen dengan Kinerja Pengprov Wushu Indonesia Provinsi Sumatera Utara)*, Jakarta: Tesis UNJ, 2011.
- Manullang, *Dasar-Dasar Manajemen*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1983.